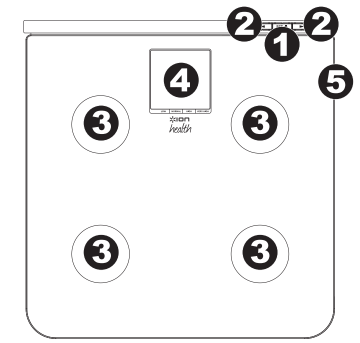
USB SCALE

Quickstart Guide
Guía de inicio rápido
Guide d'utilisation rapide
Guida rapida
Schnellstart-anleitung
Snelstartgids



www.ionhealthonline.com

MANUAL VERSION 1.1

ENGLISH

BOX CONTENTS: USB Scale, USB flash drive, 4 AAA batteries, Quickstart Guide, Safety Instructions & Warranty Information Booklet

CAUTION

- Before starting any exercise program, we recommend consulting your physician for a physical exam and to discuss your program.
- The scale is not water-resistant. Do not submerge it in liquid or expose it to wet conditions.
- Avoid rough use or severe impact to the scale.

FEATURES

1. **SET –** Turns scale on (if it is off). Press this button when the scale is on to select the User. Use it as an "Enter" button to move to the next screen in the LCD.
2. **LEFT/RIGHT –** Decreases/increases the value of the current setting or toggles through available options in the LCD.
3. **SENSORS –** These sensors help calculate body fat percentage, water percentage, muscle mass percentage, and bone mass percentage (based on your body height, age, weight, etc. in your User profile). Your bare feet must touch these sensors for the scale to calculate these values.
4. **LCD –** Displays information related to the scale's operation.
5. **USB PORT –** Connect the included USB flash drive to this port. As you weigh yourself, the data will be stored in this drive. When you want to load the data into your software, connect the drive to a free USB port on your computer. (See TRANSFERRING RESULTS TO A USB FLASH DRIVE.)
6. **UNIT (not shown in diagram) –** This button on the underside of the scale is used to set or reset various settings. See INITIAL SETUP for more information.

INITIAL SETUP

1. Open the battery compartment on the back of the scale. Insert 4 AAA batteries and close the compartment. (Be sure the "+" and "–" terminals are facing the correct way.)
2. The number flashing on the LCD represents the year. Use the LEFT/RIGHT buttons to adjust the year and press SET to confirm.
3. Repeat Step 2 for the Month, Day, Hour, and Minute.
4. Press UNIT (on the underside of the scale) once to switch it on. Press it again (or multiple times, if necessary) to toggle through the available measurement units – "kg" (kilograms), "st/lb" (stones/pounds), or "lb" (pounds).

USER PROFILE SETUP

1. Press SET to turn the scale on (if it is off). The user number "P1," "P2," etc. will flash.
2. Use the LEFT/RIGHT buttons to select the desired user (P1-P8). Press SET to confirm.
3. Use the LEFT/RIGHT buttons to select the gender (male or female) and athleticism (athletic male or athletic female, represented by an additional "runner" icon). Press SET to confirm.

   ***Note:** Select an "athletic" profile if you are close to your recommended weight for your height and age, as verified with your physician.*
4. Use the LEFT/RIGHT buttons to select your height. Press SET to confirm.
5. Use the LEFT/RIGHT buttons to select your age. Press SET to confirm.

ESPAÑOL

CONTENIDO DE LA CAJA: Balanza USB, Unidad flash USB, 4 pilas AAA, Guía de inicio rápido, Folleto de instrucciones de seguridad e información sobre la garantía

PRECAUCIÓN

- Recomendamos que consulte a su médico para que le realice un examen físico y hable con usted acerca de su programa antes de comenzar cualquier programa de ejercicios.
- La balanza no es resistente al agua. No la sumerja en líquidos ni la exponga a condiciones de humedad.
- Evite maltratar o aplicar golpes fuertes a la balanza.

CARACTERÍSTICAS

1. **FIJAR –** Se usa para encender la balanza (si está apagada). Pulse este botón cuando la balanza está encendida para seleccionar el usuario. Úselo como botón "Enter" para pasar a la pantalla siguiente en la LCD.
2. **IZQUIERDA/DERECHA –** Se usan para aumentar y disminuir el valor del parámetro actual o conmutar entre opciones en la LCD.
3. **SENSORES –** Estos sensores ayudan a calcular los porcentajes de grasa, agua, masa muscular y masa ósea corporales (en función de su estatura, edad, peso, etc. en su perfil de usuario). Para que la balanza calcule estos valores, debe tocar estos sensores con sus pies descalzos.
4. **Pantalla LCD –** Muestra información relacionada con el funcionamiento de la balanza.
5. **PUERTO USB –** Conecte a este puerto la unidad flash USB incluida. Cuando usted se pesa, los datos se almacenan en esta unidad. Cuando desee cargar los datos en su software, conecte la unidad a un puerto USB libre de su computadora. (Consulte CÓMO TRANSFERIR LOS RESULTADOS A UNA UNIDAD FLASH USB.)
6. **UNIDAD (no ilustrado en el diagrama) –** Este botón del lado inferior de la balanza se usa para ajustar o reinicializar diversos parámetros. Para más información, consulte INSTALACIÓN INICIAL.

INSTALACIÓN INICIAL

1. Abra el compartimiento de las pilas de la parte trasera de la balanza. Inserte 4 pilas AAA y cierre el compartimiento. (Asegúrese de que los terminales "+" y "–" queden orientados correctamente.)
2. El número que destella en la pantalla LCD representa el año. Use los botones IZQUIERDA/DERECHA para ajustar el año y pulse FIJAR para confirmar.
3. Repita el paso 2 para el mes, el día, la hora y los minutos.
4. Pulse UNIDAD (en la parte inferior de la balanza) para encenderla. Púlselo nuevamente (o varias veces si fuera necesario) para conmutar entre las unidades de medida disponibles – "kg" (kilogramos), "st/lb" (stones/libras) o "lb" (libras).

CONFIGURACIÓN DEL PERFIL DE USUARIO

1. Pulse FIJAR Se usa para encender la balanza (si está apagada). Destella el número de usuario "P1", "P2", etc.
2. Use los botones IZQUIERDA/DERECHA para seleccionar el usuario deseado (P1-P8). Pulse FIJAR para confirmar.
3. Use los botones IZQUIERDA/DERECHA para seleccionar el género (hombre o mujer) y el tipo de atleta (atleta masculino o femenino), representados por el icono adicional de un "corredor"). Pulse FIJAR para confirmar.

   ***Nota:** Seleccione un perfil "atlético" si está cerca del peso recomendado para su estatura y edad, consultado a su médico.*
4. Use los botones IZQUIERDA /DERECHA para seleccionar su estatura. Pulse FIJAR para confirmar.
5. Use los botones IZQUIERDA /DERECHA para seleccionar su edad. Pulse FIJAR para confirmar.

FRANÇAIS

CONTENU DE LA BOÎTE: Pèse-personne USB, Clé USB, 4 piles de format AAA, Guide d'utilisation simplifié, Consignes de sécurité et informations concernant la garantie

MISE EN GARDE

- Avant d'entamer tout programme d'exercice, nous vous suggérons de vous soumettre à un examen médical complet et de discuter de votre programme avec votre médecin.
- Le pèse-personne n'est pas résistant à l'eau. Ne pas immerger ou exposer à des liquides.
- Éviter de malmener ou de laisser tomber le pèse-personne.

CARACTÉRISTIQUES

1. **SET –** Cette touche permet d'allumer le pèse-personne lorsqu'il est éteint. Appuyez sur cette touche lorsque le pèse-personne est allumé afin de sélectionner un utilisateur. Utilisez-la également comme touche de retour afin de passer à la fenêtre suivante.
2. **GAUCHE/DROITE –** Ces touches permettent de diminuer/d'augmenter la valeur du paramètre en cours ou de parcourir les options disponibles.
3. **CAPTEURS –** Ces capteurs calculent le pourcentage de masse adipeuse, de masse hydrique, de masse musculaire et de masse osseuse (en fonction de votre taille, âge, poids, etc., saisis dans votre profil utilisateur). Vos pieds nus doivent être en contact avec ces capteurs afin que le pèse-personne puisse calculer ces données.
4. **Écran ACL –** Écran permettant l'affichage des informations concernant le fonctionnement du pèse-personne.
5. **PORT USB –** Branchez la clé USB à ce port. Lorsque vous vous pèserez, les données seront sauvegardées sur cette clé. Lorsque vous désirez transférer les données dans le logiciel, branchez la clé USB dans un des ports USB de votre ordinateur. Consultez la section TRANSFERT DES RÉSULTATS D'ANALYSE.
6. **UNIT (**non illustré**) –** Cette touche située sous le pèse-personne permet de régler ou de réinitialiser différents réglages. Consultez la section MISE EN SERVICE pour plus d'information.

MISE EN SERVICE

1. Retirez le couvercle du compartiment à pile situé sous le pèse-personne. Insérez 4 piles de type AAA dans le compartiment et refermez le couvercle. (Assurez-vous que les pôles positifs et négatifs sont positionnés correctement.)
2. Le chiffre représentant l'année devrait clignoter à l'écran. À l'aide des touches GAUCHE/DROITE, réglez l'année puis appuyez sur la touche SET pour confirmer.
3. Répétez l'étape 2 pour régler le mois, le jour, l'heure et la minute.
4. Appuyez une fois sur la touche UNIT (sous le pèse-personne) afin de l'allumer. Appuyez de nouveau (ou de multiples fois, si nécessaire) afin de parcourir les unités de mesure disponibles– « kg » (kilogrammes), « st/lb » (avoirdupoids/livres) ou « lb » (livres).

CRÉATION D'UN PROFIL UTILISATEUR

1. Appuyez sur la touche SET afin d'allumer le pèse-personne (s'il est éteint). Le numéro d'utilisateur « P1 », « P2 », etc., devrait clignoter à l'écran.
2. À l'aide des touches GAUCHE/DROITE, sélectionnez l'utilisateur désiré (P1 à P8) puis appuyez sur la touche SET pour confirmer.
3. Utilisez les touches GAUCHE/DROITE pour sélectionner le sexe (masculin ou féminin) et l'athlétisme (athlète masculin ou athlète féminine, indiquée par une icône représentant un autre « coureur »). Appuyez sur la touche SET pour confirmer.

   ***Remarque :** Sélectionnez un profil « athlétique » si vous êtes proche de votre poids santé selon votre taille et âge, et tel que recommandé par votre médecin.*
4. Utilisez les touches GAUCHE/DROITE afin de sélectionner votre taille. Appuyez sur la touche SET pour confirmer.
5. Utilisez les touches GAUCHE/DROITE afin de sélectionner votre âge. Appuyez sur la touche SET pour confirmer.

ITALIANO

CONTENUTI DELLA CONFEZIONE: Bilancia USB, Drive flash USB, 4 batterie AAA, Guida rapida, Istruzioni di sicurezza e garanzia

ATTENZIONE

- Prima di iniziare qualsiasi programma di esercizio, si raccomanda di consultare il proprio medico per una visita e per concordare il programma stesso.
- La bilancia non è impermeabile. Non immergere il prodotto in sostanze liquide né esporlo a condizioni umide.
- Evitare un utilizzo brusco e di sottoporre a urti la bilancia.

CARATTERISTICHE

1. **SET –** Accende la bilancia (se è spenta). Premere questo tasto quando la bilancia è accesa per selezionare l'utente. Utilizzartlo come tasto "Invio" per passare alla schermata successiva sullo schermo LCD.
2. **LEFT/RIGHT (sinistra / destra) –** Diminuisce / aumenta il valore della configurazione corrente o commuta tra le opzioni disponibili sullo schermo LCD.
3. **SENSORI –** Questi sensori aiutano a calcolare la percentuale di grasso corporeo, la percentuale d'acqua, la percentuale di massa muscolare e la percentuale di massa ossea (basate su altezza, età, peso ecc. inseriti nel profilo utente). Affinché la bilancia calcoli questi valori i piedi nudi devono toccare la bilancia.
4. **LCD –** Mostra a display le informazioni collegate all'uso della bilancia.
5. **PORTA USB –** Collegare il drive flash in dotazione a questa porta. Quando ci si pesa, i dati vengono memorizzati a questo livello. Quando si desidera caricare i dati nel software, collegare il drive ad una porta USB libera sul computer. (Si veda il paragrafo TRASFERIMENTO DEI RISULTATI SU UN DRIVE FLASH USB.)
6. **UNITÀ (non illustrata nel diagramma) –** Questo tasto posto sul lato inferiore della bilancia serve a impostare o ad azzerare varie configurazioni. Per maggiori informazioni, si veda CONFIGURAZIONE INIZIALE.

CONFIGURAZIONE INIZIALE

1. Aprire lo scomparto batterie posto sul retro della bilancia. Inserire 4 batterie AAA nello scomparto e chiuderlo. (Assicurarsi che i terminali "+" e "–" siano rivolti nella direzione giusta.)
2. Il numero che lampeggia sullo schermo LCD rappresenta l'anno. Servirsi dei tasti LEFT/RIGHT (sinistra / destra) per regolare l'anno e premere SET per confermare.
3. Ripetere la fase 2 per mese, giorno, ora e minuti.
4. Premere una volta UNIT (sul lato inferiore della bilancia) per accenderla. Premerlo nuovamente (o più volte, se necessario) per commutare tra le unità di misura disponibili – "kg" (chilogrammi), "st/lb" (stone/pound), o "lb" (libbre).

CONFIGURAZIONE PROFILO UTENTE

1. Premere SET per accendere la bilancia (se è spenta). Il numero utente "P1", "P2", ecc. lampeggia.
2. Servirsi dei tasti LEFT/RIGHT (sinistro / destro) per selezionare l'utente desiderato (P1-P8). Premere SET per confermare.
3. Servirsi dei tasti LEFT/RIGHT (sinistra / destra) per selezionare il sesso (maschio / femmina) e l'atleticità (maschio atletico o femmina atletica, rappresentato da un'ulteriore icona di "corridore"). Premere SET per confermare.

   ***Nota bene:** selezionare un profilo "atletico" se si è vicini al peso consigliato per la propria altezza ed età, come concordato con il proprio medico.*
4. Servirsi dei tasti LEFT/RIGHT (sinistra / destra) per selezionare l'altezza. Premere SET per confermare.
5. Servirsi dei tasti LEFT/RIGHT (sinistra / destra) per selezionare l'età. Premere SET per confermare.

DEUTSCH

LIEFERUMFANG: USB-Waage, ,USB-Stick, 4 AAA Batterien, Schnellstart-Anleitung, Sicherheitshinweise und Garantieinformationen

ACHTUNG

- Bevor Sie ein Trainingsprogramm beginnen, empfehlen wir eine ärztliche Untersuchung und eine Rücksprache mit Ihrem Arzt, um das Programm zu besprechen.
- Die Waage ist nicht wasserdicht. Tauchen Sie das Gerät in keine Flüssigkeiten und setzen Sie das Gerät keinen feuchten Bedingungen aus.
- Gehen Sie sorgfältig mit der Waage um und vermeiden Sie starke Belastungen des Geräts.

FUNKTIONEN

1. **SET –** Schaltet die Waage ein (falls sie ausgeschaltet ist). Drücken Sie diese Taste, wenn die Waage eingeschaltet ist, um den Anwender auszuwählen. Verwenden Sie die Taste als "Eingabetaste“, um auf der LCD-Anzeige zum nächsten Bildschirm zu gelangen.
2. **LINKS/RECHTS –** Erhöht/Verringert den Wert der aktuellen Einstellung oder schaltet durch die verfügbaren Optionen auf der LCD-Anzeige.
3. **SENSOREN -** Diese Sensoren helfen dabei, den Körperfettanteil, Wasseranteil, den Prozentsatz von Muskelmasse und Knochenmasse zu berechnen (auf Basis Ihrer Angaben zu Körpergröße, Alter, Gewicht etc. in Ihrem Anwenderprofil). Damit die Waage diese Werte berechnen kann, müssen Ihre nackten Füße diese Sensoren berühren.
4. **LCD –** Zeigt Informationen über die Abläufe der Waage an.
5. **USB-PORT -** Schließen Sie den mitgelieferten USB-Stick an diesen Port an. Wenn Sie sich wiegen, werden die Daten auf diesem Stick gespeichert. Wenn Sie die Daten in Ihre Software laden möchten, schließen Sie den USB-Stick an einen freien USB-Port Ihres Computers an. (Siehe ERGEBNISSE AUF USB-STICK TRANSFERIEREN.)
6. **EINHEIT (nicht im Diagramm dargestellt) –** Mit dieser Taste auf der Unterseite der Waage können verschiedene Einstellungen vorgenommen oder zurückgesetzt werden. Siehe ERSTINSTALLATION für weitere Informationen.

ERSTINSTALLATION

1. Öffnen Sie das Batteriefach auf der Rückseite der Waage. Legen Sie 4 AAA Batterien ein und schließen Sie das Fach. (Stellen Sie sicher, dass die Plus- und Minus-Pole der Batterien in die richtige Richtung zeigen.)
2. Die Zahl, die auf der LCD-Anzeige blinkt, repräsentiert das Jahr. Verwenden Sie die Tasten LINKS/RECHTS, um das Jahr einzustellen und drücken Sie zur Bestätigung auf SET.
3. Wiederholen Sie Schritt 2 für den Monat, Tag, Stunde und Minute.
4. Drücken Sie einmal auf EINHEIT (auf der Unterseite der Waage), um sie einzuschalten. Drücken Sie noch einmal auf EINHEIT (oder mehrmals, wenn nötig), um durch die verfügbaren Maßeinheiten zu blättern - "kg" (Kilogramm), "st/lb" (Stone/Pfund) oder "lb" (Pfund).

ERSTELLEN DES ANWENDERPROFILS

1. Bitte drücken Sie SET, um die Waage einzuschalten (wenn sie ausgeschaltet ist). Die Anwendernummer "P1", "P2" etc. blinkt.
2. Benutzen Sie die Tasten LINKS/RECHTS, um den gewünschten Anwender (P1-P8) auszuwählen. Drücken Sie SET zur Bestätigung.
3. Verwenden Sie die Tasten LINKS/RECHTS, um das Geschlecht (männlich oder weiblich) und die Athletik auszuwählen (männlicher oder weiblicher Athlet wird durch ein zusätzliches "Läufer"-Symbol dargestellt). Drücken Sie SET zur Bestätigung.

   ***Hinweis:** Wählen Sie ein "athletisches" Profil nach Absprache mit Ihrem Arzt, wenn Ihr Gewicht unter Berücksichtigung Ihres Alters und Ihrer Körpergröße etwa im Idealgewichtsbereich liegt.*
4. Benutzen Sie die LINKS/RECHTS-Tasten, um Ihre Körpergröße auszuwählen. Drücken Sie SET zur Bestätigung.
5. Benutzen Sie die LINKS/RECHTS-Tasten, um Ihr Alter auszuwählen. Drücken Sie SET zur Bestätigung.

NEDERLANDS

INHOUD VAN DE DOOS: USB-weegschaal, USB-stick, 4 AAA-batterijen, Snelstartgids, Veiligheidsvoorschriften & boekje met informatie over de garantie

OPGELET

- Voordat u begint met een oefenprogramma raden we u aan uw arts te consulteren voor een lichamelijk onderzoek en met hem/haar uw programma te bespreken.
- De weegschaal is niet waterbestendig. Niet onderdompelen in vloeistof of blootstellen aan natte weersomstandigheden.
- Vermijd hardhandig gebruik van de weegschaal of ernstige schokken.

EIGENSCHAPPEN

1. **SET**: zet de weegschaal aan (als ze uit staat). Druk op deze knop wanneer de weegschaal aanstaat om de gebruiker te selecteren. Gebruik hem als "Enter"-toets om naar de volgende pagina op het LCD-scherm te gaan.
2. **LEFT/RIGHT**: vermindert/verhoogt de waarde van de huidige instelling of doorloopt de beschikbare opties op het LCD-scherm.
3. **SENSORS**: deze sensoren helpen bij de berekening van het percentage lichaamsvet, het waterpercentage, spiermassapercentage en botmassapercentage (op basis van uw lichaamslengte, leeftijd, gewicht, enz. in uw gebruikersprofiel). De weegschaal kan deze waarden enkel berekenen als uw blote voeten deze sensoren raken.
4. **LCD**: geeft informatie weer met betrekking tot de werking van de weegschaal.
5. **USB PORT**: sluit de meegeleverde USB-stick aan op deze poort. Wanneer u zichzelf weegt, worden de gegevens op deze USB-stick opgeslagen. Wanneer u deze gegevens in het computerprogramma wilt gebruiken, moet u de USB-stick aansluiten op een vrije USB-poort op uw computer. (Zie RESULTATEN OVERBRENGEN NAAR EEN USB-STICK.)
6. **UNIT (niet getoond op grafiek)**: deze knop onderaan de weegschaal wordt gebruikt om allerhande instellingen in te stellen of te herstellen. Zie voor meer informatie EERSTE OPSTELLING.

EERSTE OPSTELLING

1. Open het batterijvak aan de achterkant van de weegschaal. Plaats 4 AAA-batterijen in het batterijvak en sluit het. (Zorg ervoor dat de "+" en "-" contacten in de juiste richting staan.)
2. Het cijfer dat knippert op het LCD-scherm is het jaar. Gebruik de knoppen LEFT/RIGHT om het jaar te wijzigen en druk op SET om te bevestigen.
3. Herhaal stap 2 voor maand, dag, uur en minuten.
4. Druk één keer op UNIT (aan de onderkant van de weegschaal) om het aan te zetten. Druk er nog een keer op (of enkele keren indien noodzakelijk) om de beschikbare maateenheden te doorlopen: "kg" (kilogram), "st/lb" (stones/pounds) of "lb" (pounds).

INSTALLATIE GEBRUIKERSPROFIEL

1. Druk op SET om de weegschaal aan te zetten (als ze is uitgeschakeld). Het gebruikersnummer "P1", "P2", enz. begint te pinken.
2. Gebruik de knoppen LEFT/RIGHT om de gewenste gebruiker (P1-P8) te selecteren. Druk op SET om te bevestigen.
3. Gebruik de knoppen LEFT/RIGHT om geslacht (mannelijk of vrouwelijk) en atletische eigenschappen te selecteren (atletische man of atletische vrouw, afgebeeld met een extra "hardloper"-pictogram). Druk op SET om te bevestigen.

   ***Opmerking:** Selecteer een "atletisch" profiel als u dicht bij het aanbevolen gewicht voor uw lengte en leeftijd zit, zoals aanbevolen door uw arts.*
4. Gebruik de knoppen LEFT/RIGHT om uw lengte in te stellen. Druk op SET om te bevestigen.
5. Gebruik de knoppen LEFT/RIGHT om uw leeftijd in te stellen. Druk op SET om te bevestigen.

ENGLISH

WEIGHING YOURSELF

1. Place the scale on a flat, hard, level surface.
2. The scale will automatically use the most recently accessed user profile ("P1," "P2," etc.). If you need to change to a different user profile, press SET so the "P__" is flashing, and use the LEFT/RIGHT buttons to select the correct user.
3. Step on the scale and remain still.
   - If you are wearing socks, shoes, etc., it will measure your weight only.
   - If you weigh yourself barefoot, several bars will appear on the LCD and gradually deplete, indicating it is taking all your other measurements. Remain still until all of them are gone. The LCD will then show your weight, body fat percentage ("FAT"), water mass percentage ("TBW"), muscle mass percentage ("MUS"), and bone mass percentage ("BONE"). The measurements will be shown in sequence three times before the scale turns off.

If there is no movement and no buttons are pressed, the scale will shut off automatically after 10 seconds.

TRANSFERRING RESULTS TO A USB FLASH DRIVE

1. Make sure the scale is off or in a normal mode (i.e., you are not setting your user information).
2. Insert a USB flash drive into the USB PORT on the side of the scale.
   Note: *Do not keep the USB flash drive inserted when not in use – it can drain the scale's battery.*
3. Press and hold SET for 2-5 seconds. The user number ("P1," "P2," etc.) will flash on the LCD.
4. Use the LEFT/RIGHT buttons to select the user whose data you want to transfer.
5. Press SET to transfer the data. The scale will turn off when the transfer is complete.
6. Remove the USB flash drive.
   Note: *Once a user's results are transferred, the scale's memory for that user is erased. Also, the data transferred to the USB flash drive may overwrite any data already there. (The files are named "CYUSER01.TXT," "CYUSER02.TXT," etc. and are stored on root directory of the USB flash drive.)*
7. Connect the USB flash drive to a free USB port on your computer. ***To use the included software to view and track your data, double-click the "USB Scale Software" folder, double-click "SetupEN.exe," and follow the on-screen instructions to install it. See the software manual PDF to learn how to use the software.***

OTHER MESSAGES

In some cases, the LCD may display messages prompting you to do something:

- **Lo –** Low battery. Replace the batteries.
- **- - - - –** Weight overload. Remove the weight on the scale.
- **(USB icon) –** Insert a USB flash drive.
- **(USB) FULL –** Your USB flash drive's memory is full. Transfer the data to your computer.
- **(MEM) FULL –** The scale's memory is full. Transfer the data onto a USB flash drive.
- **(USB) Err –** The scale may not be able to read or write to the USB flash drive. Try reformatting the drive or use a different one.

SPECIFICATIONS

Weight units: lb, kg, st/lb
Measurements: weight, body fat %, body water % (TBW), muscle mass % (MUS), bone mass %
Power: 4 AAA alkaline batteries
Number of user profiles: 8
Age Range: 10-80
Height Range: 3' 3.5" – 7' 2.5" (100-220 cm)
Max capacity: 397 lbs. / 180 kg / 28 st, 5 lb

Warranty and technical support information can be found online at **www.ionhealthonline.com** or by calling **401-658-3743** (U.S.) or **01252 896 080** (U.K.).

ESPAÑOL

CÓMO PESARSE

1. Coloque la balanza sobre una superficie plana y estable.
2. La escala usa automáticamente el perfil de usuario al que accedió más recientemente ("P1", "P2", etc.). Si debe cambiar a un perfil de usuario diferente, pulse FIJAR de modo que destelle la "P__" y use los botones IZQUIERDA/DERECHA para seleccionar el usuario correcto.
3. Párese sobre la balanza y quédese quieto.
   - Su tiene puestos zapatos o medias, etc., la balanza sólo mide su peso.
   - Si se pesa descalzo, aparecen varias barras en la LCD que gradualmente se van extinguiendo, para indicar que está tomando todas sus demás medidas. Quédese quieto hasta que desaparezcan todas. La LCD muestra entonces su peso, porcentaje de grasa corporal ("GRASA"), porcentaje de agua corporal ("TOTAL AGUA"), porcentaje de masa muscular ("MASA MUSC"), y porcentaje de masa ósea ("ÓSEO"). Las medidas se muestran en secuencia tres veces y luego la balanza se apaga.

   Si no hay ningún movimiento y no se pulsa ningún botón, la balanza se apaga automáticamente después de 10 segundos.

CÓMO TRANSFERIR LOS RESULTADOS A UNA UNIDAD FLASH USB

1. Asegúrese de que la balanza esté apagada o en un modo normal (es decir, que usted no esté configurando la información de usuario).
2. Inserte una unidad flash USB en el PUERTO USB del costado de la balanza.
   Nota: *No deje insertada la unidad flash USB cuando no la usa —puede agotar las pilas de la balanza.*
3. Pulse y retenga FIJAR por 2 a 5 segundos. Destella en la LCD el número de usuario "P1", "P2", etc.
4. Use los botones IZQUIERDA/DERECHA para seleccionar el usuario cuyos datos desea transferir.
5. Pulse FIJAR para transferir los datos. La balanza se apaga cuando termina la transferencia.
6. Retire la unidad flash USB.
   Nota: *Una vez transferidos los resultados de un usuario, se borra la memoria de la balanza correspondiente a ese usuario. Asimismo, los datos transferidos a la unidad flash USB pueden escribir los datos que se encuentren en esta última. (Los archivos se denominan "CYUSER01.TXT", "CYUSER02.TXT", etc. y se almacenan en el directorio raíz de la unidad flash USB.)*
7. Conecte la unidad flash USB a un puerto USB libre de su computadora. ***Para usar el software incluido a fin de ver y realizar el seguimiento de sus datos, haga doble clic en "USB Scale Software" carpeta, haga doble clic en "SetupES.exe", y siga las instrucciones en pantalla para instalarlo. Consulte el manual del software PDF para aprender a utilizar el software.***

OTROS MENSAJES

En algunos casos, pueden aparecer en la pantalla LCD mensajes que le solicitan que haga algo:

- **Baja –** Pilas agotadas. Cambie las pilas.
- **- - - - –** Sobrecarga de peso. Retire el peso de la balanza.
- **(Icono USB) –** Inserte una unidad flash USB.
- **(USB) LLENA –** La memoria de la unidad flash USB está llena. Transfiera los datos a su computadora.
- **(MEM) LLENA –** La memoria de la balanza está llena. Transfiera los datos a una unidad flash USB.
- **(USB) Err –** Es posible que la balanza no pueda leer o escribir en la unidad flash USB. Trate de reformatear la unidad o use una diferente.

ESPECIFICACIONES

Unidades de peso: lb, kg, st/lb
Medidas: peso, % de grasa corporal, % de agua corporal (TOTAL AGUA), % de masa muscular (MASA MUSC) y % de masa ósea
Alimentación: 4 pilas alcalinas AAA
Cantidad de perfiles de usuario: 8
Rango de edades: 10-80
Rango de estatura: 100-220 cm (3 pies 3.5 pulg. – 7pies 2.5 pulg.)
Capacidad máxima: 397 lb / 180 kg / 28 st, 5 lb

La información acerca de la garantía y el soporte técnico se puede encontrar en **www.ionhealthonline.com** o llamando al **401-658-3743** (EE.UU.) o **01252 896 080** (Reino Unido).

FRANÇAIS

LA PESÉE

1. Placez le pèse-personne sur une surface plate, dure et au niveau.
2. Le pèse-personne sélectionne automatiquement le profil d'utilisateur accédé en dernier (« P1 », « P2 », etc.).Si vous devez changer de profil d'utilisateur, appuyez sur SET afin que « P__ » clignote, puis utilisez les touches GAUCHE/DROITE pour sélectionner l'utilisateur désiré.
3. Embarquez sur le pèse-personne et restez sans bouger.
   - Si vous portez des chaussettes, des chaussures, etc., le pèse-personne ne calculera que votre poids.
   - Si vos pieds sont nus, plusieurs barres apparaîtront à l'écran et disparaîtront au fur et à mesure que le pèse-personne calcule toutes les données. Veuillez rester sans bouger jusqu'à ce que toutes les barres aient disparu. Votre poids, pourcentage de masse adipeuse (« MA »), pourcentage de masse hydrique totale (« MHT »), pourcentage de masse musculaire (« MM ») et pourcentage de masse osseuse (« MO ») s'afficheront. Les résultats s'afficheront un à la suite de l'autre trois fois, puis le pèse-personne s'éteindra.

Après 10 secondes, s'il n'y a pas eu de mouvement ou si aucune des touches n'est enfoncée, le pèse-personne s'éteint automatiquement.

TRANSFERT DES RÉSULTATS SUR CLÉ USB

1. Assurez-vous que le pèse-personne est éteint ou en mode normal, c'est-à-dire que vous n'entrez pas de données utilisateurs.
2. Insérez la clé USB dans le port USB sur le côté du pèse-personne.
   Remarque : *Ne laissez pas la clé USB insérée lorsque vous ne transférez pas de données, car elle pourrait drainer l'énergie de la pile du pèse-personne.*
3. Maintenez la touche SET enfoncée pendant 2 à 5 secondes. Le numéro d'utilisateur « P1 », « P2 », etc.) devrait clignoter à l'écran.
4. Utilisez les touches GAUCHE/DROITE afin de sélectionner l'utilisateur pour lequel vous désirez transférer les résultats.
5. Appuyez sur la touche SET afin de lancer le transfert des données. Le pèse-personne s'éteint lorsque le transfert est complété.
6. Retirez la clé USB.
   Remarque : *Une fois que les résultats de cet utilisateur sont transférés, le pèse-personne supprime ces données de sa mémoire. De plus, les données transférées sur la clé USB peuvent écraser les données existantes de la clé USB. (Les fichiers sont nommés « CYUSER01.TXT », « CYUSER02.TXT», etc., et sont sauvegardés sur le répertoire racine de la clé USB.)*
7. Insérez la clé USB dans un des ports USB de votre ordinateur. ***Pour visionner et faire le suivi de vos données personnelles, double-cliquez sur le « USB Scale Software », double-cliquez sur « SetupFR.exe » et suivez les instructions à l'écran pour l'installer. Voir le manuel du logiciel PDF pour apprendre à utiliser le logiciel.***

AUTRES MESSAGES

Dans certains cas, il se pourrait que les messages suivants s'affichent :

- **Lo –** Piles faibles. Remplacez les piles.
- **- - - - –** Poids supérieur à la limite. Retirez le poids de sur le pèse-personne.
- **(Icône USB) –** Insérez la clé USB.
- **(USB) PLEINE –** La mémoire de la clé USB est pleine. Transférez les données à votre ordinateur.
- **(MEM) PLEINE –** La mémoire interne du pèse-personne est pleine. Transférez les données sur la clé USB.
- **(USB) Err –** Le pèse-personne ne parvient pas à lire ou à écrire sur la clé USB. Essayez de reformater la clé USB ou utilisez-en une autre.

SPÉCIFICATIONS

Unités de mesure de poids : lb, kg, st/lb
Analyses : poids, % de masse adipeuse (MA), % de masse hydrique totale (MHT), % de masse musculaire (MM), % de masse osseuse (MO).
Alimentation électrique : 4 piles de format AAA
Nombre de profils d'utilisateur : 8
Âge : De 10 à 80 ans
Taille : 3 pi 3,5 po à 7 pi 2,5 po (100 cm à 220 cm)
Capacité maximale : 397 lb/180 kg /28 st, 5 lb

Les renseignements concernant la garantie et le soutien technique peuvent être consultés au **www.ionhealthonline.com** ou en téléphonant au **401-658-3743** (U.S.A.) ou **01252 896 080** (Royaume-Uni).

ITALIANO

COME CI SI PESA

1. Collocare la bilancia su una superficie piana, solida e uniforme.
2. La bilancia si servirà automaticamente del profilo utente cui si ha avuto accesso più di recente ("P1", "P2", ecc.). Se occorre passare ad un profilo utente diverso, premere SET in modo tale che "P__" lampeggi e servirsi dei tasti LEFT/RIGHT (sinistra / destra) per selezionare l'utente giusto.
3. Salire sulla bilancia e rimanere fermi.
   - Se si indossano calze, scarpe, ecc. misurerà unicamente il proprio peso.
   - Se ci si pesa a piedi nudi, diverse barre compariranno sullo schermo LCD e si esauriranno gradualmente, a indicare che sta prendendo tutte le altre misure. Rimanere fermi fino a quando non sono scomparse tutte. L'LCD mostrerà quindi peso, percentuale di grasso corporeo ("GRASSO"), percentuale di massa d'acqua ("TBW"), percentuale di massa muscolare ("MUS"), e percentuale di massa ossea ("OSSA"). Le misurazioni verranno illustrate in sequenza tre volte prima che la bilancia si spenga.

Se non ci sono movimenti e non viene premuto alcun tasto, la bilancia si spegne automaticamente dopo 10 secondi.

TRASFERIMENTO DEI RISULTATI SU UN DRIVE FLASH USB

1. Assicurarsi che la bilancia sia spenta o in modalità normale (non si stanno configurando le informazioni utente).
2. Inserire un drive flash USB nella PORTA USB presente sul lato della bilancia.
   Nota bene: *non lasciare il drive flash USB inserito quando non è in uso: ciò può far scaricare la batteria della bilancia.*
3. Tenere premuto SET per 2-5 secondi. Il numero utente ("P1", "P2", ecc.) lampeggia sullo schermo LCD.
4. Servirsi dei tasti LEFT/RIGHT (sinistra / destra) per selezionare l'utente i cui dati si desidera trasferire.
5. Premere SET per trasferire i dati. La bilancia si spegne quando il trasferimento è completo.
6. Rimuovere il drive flash USB.
   Nota bene: *una volta trasferiti i risultati di un utente, la memoria della bilancia per tale utente viene cancellata. Inoltre, i dati trasferiti al drive flash USB possono sovrascrivere qualsiasi dato già presente. (I file sono denominati "CYUSER01.TXT" "CYUSER02.TXT" ecc. e sono memorizzati sulla cartella radice del drive flash USB.)*
7. Collegare il drive flash USB ad una porta USB libera del computer. ***Per utilizzare il software in dotazione per visualizzare e tener traccia dei propri dati, fare doppio clic sulla cartella "USB Scale Software", fare doppio clic su "SetupITA.exe,"e seguire le istruzioni visualizzate sullo schermo per installarlo. Vedi il programma del manuale in PDF per imparare ad utilizzare il software.***

ALTRI MESSAGGI

In alcuni casi, lo schermo LCD può mostrare messaggi che richiedono di fare qualcosa:

- **Lo –** Batteria scarica. Sostituire le batterie.
- **- - - - –** Sovraccarico di peso. Rimuovere il peso dalla bilancia.
- **(Icona USB) –** Inserire un drive flash USB.
- **(USB) FULL –** La memoria del drive flash USB è piena. Trasferire i dati al computer.
- **(MEM) FULL –** La memoria della bilancia è piena. Trasferire i dati su un drive flash USB.
- **(USB) Err –** La bilancia può non essere in grado di leggere o scrivere sul drive flash USB. Provare a riformattare il drive o utilizzarne uno diverso.

SPECIFICHE TECNICHE

Unità di peso: lb, kg, st/lb
Misure: peso, % grasso corporeo, % acqua corporea (TBW), % massa muscolare (MUS), % massa ossea
Alimentazione: 4 batterie AAA alcaline
Numero di profili utente: 8
Gamma di età: 10-80
Gamma di altezza: 100-220 cm (3' 3.5" – 7' 2.5")
Portata massima: 397 lbs. / 180 kg / 28 st, 5 lb

Informazioni relative alla garanzia ed al servizio di assistenza tecnica si trovano online all'indirizzo **www.ionhealthonline.com** o chiamando il numero **401-658-3743** (U.S.A.) o **01252 896 080** (Regno Unito).

DEUTSCH

WIEGEN

1. Stellen Sie die Waage auf eine flache, harte und ebene Fläche.
2. Die Waage verwendet automatisch das zuletzt aufgerufene Anwenderprofil ("P1", "P2" etc.). Wenn Sie auf ein anderes Anwenderkonto wechseln möchten, drücken Sie SET, damit "P__" blinkt und verwenden die Tasten LINKS/RECHTS, um den gewünschten Anwendernamen auszuwählen.
3. Steigen Sie auf die Waage und bleiben Sie still stehen.

- Falls Sie Socken, Schuhe o.Ä. tragen, wird die Waage nur Ihr Gewicht messen.
- Wenn Sie sich barfuss wiegen, werden mehrere Balken auf der LCD angezeigt, die allmählich verschwinden und so angeben, dass die Waage all Ihre anderen Werte misst. Bleiben Sie ruhig stehen, bis alle Balken verschwunden sind. Die LCD zeigt dann Gewicht, Körperfettanteil ("FETT"), Gesamtkörperwasseranteil ("TBW"), Muskelmasseanteil ("MUS"), und Knochenmasseanteil ("KNOCHEN"). Die Messungen werden drei Mal in der Reihenfolge angezeigt, bevor sich die Waage ausschaltet.

Wenn Sie sich nicht bewegen und keine Tasten drücken, schaltet sich die Waage automatisch nach 10 Sekunden ab.

ERGEBNISSE AUF USB-STICK TRANSFERIEREN

1. Vergewissern Sie sich, dass die Waage ausgeschaltet ist oder im Normalbetrieb läuft (d.h. dass Sie keine Anwenderinformationen einstellen).
2. Stecken Sie einen USB-Stick in den USB-PORT an der Seite der Waage.
   Hinweis: *Entfernen Sie den USB-Stick, wenn er nicht in Gebrauch ist - er könnte den Batterieverbrauch der Waage erhöhen.*
3. Halten Sie SET für 2-5 Sekunden gedrückt. Die Anwendernummer ("P1", "P2" etc.) blinkt auf der LCD.
4. Verwenden Sie die Tasten LINKS/RECHTS, um den Anwender auszuwählen, dessen Daten Sie übertragen möchten.
5. Drücken Sie SET, um die Daten zu übertragen. Die Waage schaltet sich selbst aus, sobald die Übertragung abgeschlossen ist.
6. Entfernen Sie den USB-Stick.
   Hinweis: *Sobald die Ergebnisse eines Anwenders übertragen werden, wird der Waagenspeicher für diesen Anwender gelöscht. Außerdem können die auf den USB-Stick übertragenen Daten jene Daten überschreiben, die sich eventuell schon am USB-Stick befinden. (Die Dateien heißen "CYUSER01.TXT", "CYUSER02.TXT" etc. und werden im Stammverzeichnis des USB-Sticks gespeichert.)*
7. Verbinden Sie den USB-Stick mit einem freien USB-Port Ihres Computers. ***Um die mitgelieferte Software zum Anzeigen und Verfolgen Ihrer Daten zu installieren, doppelklicken Sie auf das "USB-Scale Software" Ordner, doppelklicken Sie auf "SetupDE.exe", und befolgen Sie die Anweisungen auf dem Bildschirm, um es zu installieren. Siehe Software-Handbuch im PDF zu lernen, wie die Software zu nutzen.***

WEITERE MELDUNGEN

In einigen Fällen kann die LCD-Anzeige Aufforderungen anzeigen:

- **Lo -** Niedriger Batteriestand. Tauschen Sie die Batterien aus.
- **- - - - –** Überlastung. Entfernen Sie das Gewicht von der Waage.
- **(USB-Symbol) -** Verbinden Sie einen USB-Stick.
- **(USB) FULL -** Der Speicher Ihres USB-Sticks ist voll. Übertragen Sie die Daten auf Ihren Computer.
- **(MEM) FULL -** Der Speicher der Waage ist voll. Übertragen Sie die Daten auf einen USB-Stick.
- **(USB) Err -** Die Waage ist nicht in der Lage, auf den USB-Stick zu schreiben oder Daten vom USB-Stick zu lesen. Versuchen Sie den Stick neu zu formatieren oder verwenden Sie einen anderen USB-Stick.

TECHNISCHE DATEN

Gewichtseinheiten: lb, kg, st/lb
Messungen: Gewicht, Körperfett in %, Körperwasser in % (TBW), Muskelmasse in % (MUS), Knochenmasse in %
Stromversorgung: 4 AAA Alkaline-Batterien
Anzahl der Anwenderprofile: 8
Altersgruppe: 10-80
Körpergrößenbereich: 3' 3.5" – 7' 2.5" (100-220 cm)
Max. Kapazität: 397 lbs. / 180 kg / 28 st, 5 lb

Informationen zu Garantie und zum technischen Kundendienst erhalten Sie online bei **www.ionhealthonline.com** oder telefonisch unter **+49[0]2154.81299 20**.

NEDERLANDS

UZELF WEGEN

1. Plaats de weegschaal op een vlakke, harde en horizontale ondergrond.
2. De weegschaal gebruikt automatisch het laatst gebruikte gebruikersprofiel ("P1", "P2", enz.). Als u moet omschakelen naar een ander gebruikersprofiel drukt u op SET, zodat de "P__" gaat knipperen. Gebruik de knoppen LEFT/RIGHT om de juiste gebruiker te selecteren.
3. Ga op de weegschaal staan en blijf zo stil mogelijk staan.

- Als u sokken of schoenen draagt, dan wordt alleen uw gewicht gemeten.
- Als u zichzelf op blote voeten weegt, dan verschijnen er een aantal balken op het LCD-scherm. Deze balken worden steeds kleiner, wat aangeeft dat de weegschaal alle andere metingen aan het uitvoeren is. Blijf stilstaan tot ze allemaal verdwenen zijn. Het LCD-scherm toont daarna uw gewicht, lichaamsvetpercentage ("FAT"), watermassapercentage ("TBW"), spiermassapercentage ("MUS") en botmassapercentage ("BONE"). De metingen worden driemaal na elkaar in volgorde getoond. Daarna wordt de weegschaal uitgeschakeld.

Als u niet beweegt en er geen knoppen worden ingedrukt, dan wordt de weegschaal na 10 seconden automatisch uitgeschakeld.

RESULTATEN OVERBRENGEN NAAR EEN USB-STICK

1. Zorg ervoor dat de weegschaal uitgeschakeld is of zich in een normale modus bevindt (u bent bijvoorbeeld geen gebruikersinformatie aan het instellen).
2. Plaats een USB-stick in de USB-poort aan de zijkant van de weegschaal.
   Opmerking: *verwijder de USB-stick uit de weegschaal wanneer hij niet wordt gebruikt, om de batterijen te sparen.*
3. Druk op SET en houd de knop gedurende 2-5 seconden ingedrukt. Het gebruikersnummer ("P1", "P2", enz.) begint te pinken op het LCD-scherm.
4. Gebruik de knoppen LEFT/RIGHT om de gebruiker te selecteren van wie u de gegevens wilt overbrengen.
5. Druk op SET om de gegevens over te brengen. Van zodra de overdracht voltooid is, schakelt de weegschaal zichzelf uit.
6. Verwijder de USB-stick.
   Opmerking: *eens de resultaten van een gebruiker overgedragen zijn, worden ze uit het geheugen van de weegschaal gewist. Ook kunnen gegevens die op de USB-stick worden overgebracht andere gegevens op de stick overschrijven. (De bestanden heten "CYUSER01.TXT", "CYUSER02.TXT," enz., en worden opgeslagen in de hoofdmap van de USB-stick.)*
7. Sluit de USB-stick aan op een vrije USB-poort op uw computer. ***Om de meegeleverde software te gebruiken voor het weergeven en bijhouden van uw gegevens, dubbelklik op de "USB Scale Software" map, dubbelklik op "SetupNL.exe,"en volg de instructies op het scherm om het te installeren. Zie de software-handleiding PDF om te leren hoe de software te gebruiken.***

OVERIGE BERICHTEN

In sommige gevallen kan het scherm berichten weergeven waarin u wordt gevraagd iets te doen:

- **Lo:** de batterij is bijna leeg. Vervang de batterijen.
- **- - - - –** Overbelasting. Verwijder het gewicht van de weegschaal.
- **(USB-pictogram)**: een USB-stick aansluiten.
- **(USB) FULL**: het geheugen van uw USB-stick is vol. Breng de gegevens over naar uw computer.
- **(MEM) FULL**: het geheugen van uw weegschaal is vol. Breng de gegevens over naar een USB-stick.
- **(USB) Err**: mogelijk is de weegschaal niet in staat om gegevens naar de USB-stick te schrijven of er gegevens van te lezen. Probeer de stick te formatteren of gebruik een andere.

SPECIFICATIES

Gewichtseenheden: lb, kg, st/lb
Metingen: gewicht, % lichaamsvet, % lichaamsvocht (TBW), % spiermassa (MUS), % botmassa
Voeding: 4 AAA-batterijen
Aantal gebruikersprofielen: 8
Geschikte leeftijden: 10-80
Geschikte lengten: 100-220 cm (3' 3,5" – 7+' 2,5")
Max. gewicht: 180 kg / 397 lbs. / 28 st, 5 lb

Voor informatie over garantie en technische ondersteuning kunt u terecht op **www.ionhealthonline.com** of door te bellen naar **01252 896 080** (VK) of **+49[0]2154.81299 20** (Duitsland).